

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

11月分 給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
1/火	ぶりの照り焼き 野菜の梅マヨ和え 里芋と白菜のみそ汁	米 さとう マヨネーズ	ぶり ツナ 油揚げ みそ わかめ	しょうが 青ねぎ きゅうり にんじん 梅 さといも はくさい	豚肉 お好み焼き粉 青ねぎ ソース たまご キャベツ 天かす 花かつお
	お好み焼き①③				
2/水	姫路風おでん 大豆とじゃこのさつと煮	米 こんにやく じゃがいも さとう かたくり粉 油	牛肉 ひら天 大豆 しらす干し	にんじん だいこん しょうが	ぶどうジュース アガー さとう もも
	ぶどうゼリー				
4/金	ピピンバ 中華スープ	米 油 さとう ごま油 いりごま	牛肉 豚肉 木綿豆腐	もやし たまねぎ にんじん しいたけ ほうれん草 コーン 青ねぎ にんにく しょうが	食パン ピザソース チーズ 豆乳 オレンジジュース
	ピザトースト①②ソイオレンジ				
5/土	肉みそ煮込みラーメン チーズ	ごま油 さとう 中華麺 いりごま	牛ミンチ 赤みそ チーズ	にんにく にんじん もやし コーン さやいんげん 青ねぎ	せんべい
	せんべい				
7/月	鶏じゃが ベーコンとキャベツの炒め物	米 じゃがいも 糸こんにやく 油 さとう	鶏肉 ベーコン	にんじん たまねぎ グリーンピース キャベツ コーン	ホットケーキミックス 黒糖 たまご 牛乳 油 しょうゆ
	マラーカオ①②				
8/火	鯖のたつた焼き ブロッコリーの塩昆布和え かぼちゃのスープ	米 さとう かたくり粉 油 ごま油	さば 塩昆布 ベーコン	ブロッコリー にんじん たまねぎ かぼちゃ パセリ	
	くだもの				
9/水	照り焼きチキン ひじきとれんこんのサラダ きのこのすまし汁	米 さとう いりごま マヨネーズ	鶏肉 ひじき ツナ 木綿豆腐	しょうが 青ねぎ にんじん れんこん きゅうり たまねぎ しめじ えのき	芋けんぴ いわしっこ 豆乳 りんごジュース
	かみかみおやつ ソイりんご				
10/木	肉みそ丼 ワンタンスープ	米 さとう ワンタンの皮 ごま油	豚肉 赤みそ	キャベツ たまねぎ 赤ピーマン にんじん もやし 青ねぎ	米 鮭
	鮭おにぎり				
11/金	鮭のムニエル 野菜のねりごま和え みそ汁	米 油 ねりごま さとう	鮭 バター 油揚げ 木綿豆腐 みそ	レモン汁 キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん 青ねぎ	食パン しらす干し チーズ マヨネーズ
	じゃこピザトースト①②				
12/土	五目うどん くだもの	うどん	豚肉 油揚げ	にんじん たまねぎ ごぼう 青ねぎ バナナ	せんべい
	せんべい				
14/月	麻婆豆腐 スパゲティサラダ	米 さとう かたくり粉 スパゲティ ごま油 いりごま	木綿豆腐 豚ミンチ 赤みそ ロースハム	にんじん きゅうり ピーマン コーン たまねぎ しいたけ しょうが 青ねぎ	さとう バター バナナ ホットケーキミックス 牛乳 たまご
	キャラメルバナナケーキ①②③				
15/火	さわらのカレー焼き リヨネーズポテト 豆腐と大根のみそ汁	米 カレー粉 マヨネーズ 油 じゃがいも	さわら ベーコン 木綿豆腐 みそ わかめ	たまねぎ パセリ にんじん だいこん 青ねぎ	ヨーグルト さとう みかん ビスケット
	ヨーグルト②ビスケット				

11月分 給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
16/水	蒸し鶏の中華和え わかめスープ	米 油 さとう ごま油	ささみ わかめ	しょうが 青ねぎ きゅうり たまねぎ コーン にんじん もやし えのき	食パン ココア さとう バター
	ココアトースト①②				
17/木	ミートローフ ポイルブロッコリー ベーコンとキャベツのスープ	米 かたくり粉 マヨネーズ ウスター カレー粉 さとう	牛ミンチ 豚ミンチ ベーコン	たまねぎ キャベツ にんじん グリーンピース コーン ブロッコリー しめじ	もち米 しょうゆ 米 みりん 豚肉 酒 にんじん 中華だし たけのこ ごま油 しいたけ
	中華おにぎり				
18/金	ししゃものフレーク焼き ささみとほうれん草の和え物 もずくときのこのスープ	米 マヨネーズ 油	ししゃも 大豆フレーク ささみ 木綿豆腐 もずく	にんにく まいたけ レモン汁 えのき ほうれん草 青ねぎ にんじん コーン たまねぎ	もやし 中華だし にら しょうゆ にんじん ごま油 たまねぎ 小麦粉 かたくり粉 豆乳 オレンジジュース
	チヂミ① ソイオレンジ				
19/土	わかめラーメン チーズ	中華麺	豚肉 わかめ チーズ	キャベツ もやし にんじん 青ねぎ	せんべい
	せんべい				
21/月	肉豆腐 マゼドアンサラダ	米 油 さとう じゃがいも マヨネーズ	豚肉 焼き豆腐 ツナ	たまねぎ コーン にんじん えのき 白ねぎ さやいんげん きゅうり	ホットケーキミックス 豆乳 たまご さとう バター
	豆乳ホットケーキ①②③				
22/火	ボークカレーシチュー 切干大根の煮物	米 油 ルウ じゃがいも 糸こんにやく さとう	豚肉 油揚げ	にんにく だいこん しょうが しいたけ たまねぎ にんじん さやいんげん かぼちゃ グリーンピース	さつまいも さとう しょうゆ 酢 黒ゴマ 油 豆乳 りんごジュース
	大学芋 ソイりんご				
24/木	鮭の塩焼き ブロッコリーとさつまいもの白和え かす汁	米 さとう いりごま さつまいも こんにやく	鮭 木綿豆腐 白みそ みそ 酒かす	にんじん ブロッコリー だいこん さといも 青ねぎ	あんパン
	お楽しみパン①②				
25/金	高野豆腐と野菜の煮物 チャプチェ	米 さとう はるさめ 油 いりごま ごま油	高野豆腐 鶏肉 豚肉	たまねぎ しいたけ しめじ にんじん グリーンピース たけのこ ニラ	
	くだもの				
28/月	豆腐と豚肉の旨煮 春雨サラダ	米 油 はるさめ さとう ごま油 いりごま	豚肉 木綿豆腐 ロースハム	たまねぎ きゅうり にんじん えのき コーン しょうが 小松菜	ホットケーキミックス 牛乳 たまご さとう バター さつまいも
	コグマケーキ①②③				
29/火	さわらのオープンフライ ほうれん草の中華和え 豆乳コーンスープ	米 じゃがいも マヨネーズ 油 パン粉 ごま油 いりごま	さわら ささみ 豆乳	ほうれん草 にんじん もやし たまねぎ コーン パセリ	中華麺 もやし うどん ソース 豚肉 にんじん たまねぎ キャベツ
	ちゃんぽん焼き①				
30/水	ふくさたまご ポテトサラダ コンソメスープ	米 さとう 油 じゃがいも マヨネーズ	たまご 豚ミンチ ロースハム ベーコン	しいたけ はくさい たまねぎ しめじ グリーンピース にんじん パセリ きゅうり コーン	のりセサミ 紫いもチップス 豆乳 オレンジジュース
	かみかみおやつ ソイオレンジ				

※アレルギー物質※

- 1、小麦
- 2、乳・乳製品
- 3、卵
- 4、その他